



## Utvärdering egenmonitorering barn med obesitas

### Bakgrund

Under v 39- 51 2024 genomfördes en pionjär för egenmonitorering av barn med obesitas. Två mottagningar medverkade: Regionalt obesitascentrum barn på Drottning Silvias barnsjukhus (SU) samt Barn- och ungdomsmottagningen i Lidköping, Skaraborgs sjukhus (SkaS).

13 patienter har varit inskrivna i egenmonitorering-sex vid SU och sju på SkaS.

Två sjuksköterskor på respektive enhet har varit involverade i egenmonitoreringen.

Pionjären har följts upp på två sätt:

- via enkät med patienter: barn och /eller vårdnadshavare
- via gruppintervju med vårdpersonal.

En sammanställning följer nedan.

### Gruppintervju vårdpersonal

Den 17 december genomfördes en gruppintervju via Teams med 4 sjuksköterskor som medverkat i egenmonitorering, två från SkaS och två från SU. Intervjun varade 1 h 15 min. Frågor hade skickats ut i förväg. Intervjun var indelad i två områden: frågor runt själva appen Vård och hälsa samt frågor runt stödprocesser.

Synpunkter kring appen Vård och hälsa/ Clinic24

### **Hur har det känts att använda systemet?**

Flera av sjuksköterskorna har haft svårt att avsätta någon större tid för arbete i systemet så de känner sig lite som nybörjare varje gång. De upplever att det kan bli mkt klickande eftersom de inte fått in någon riktig rutin. De säger dock att Clinic varit enkelt att använda. Systemet har varit stabilt och har inte krånglat.

**Vad fungerar bra? Vilka funktioner eller aspekter av systemet underlättar ert arbete? Ge gärna konkreta exempel.**

- Chatten fungerar väldigt bra. Positivt att kunna skicka information i chatten. Användbart i stället för att posta information hem.
- Det är lättare att nå tonåringarna i chatten. De svarar där och skriver korta meddelanden. Ungdomarna skriver frågor kring behandlingen såsom tex frågor om läkemedel.
- Vårdpersonal har använt chatten för att påminna om vägning och det har bidragit till att patienten har vägt sig.
- Bra kontaktväg. Positiv respons.
- Inget missbruk av chatten.
- Vikten fungerar bra att följa; SU har delat ut vågar och jobbat med manuell inmatning.

**Vad fungerar mindre bra? Vilka utmaningar ser ni med systemet? Ge gärna konkreta exempel.**

- Har fått återkoppling från patienterna att det är enkelt att missa en mätning när man inte ser alla aktiviteter: flera av dem har missat att man behöver öppna upp alla aktiviteter genom att klicka på ” Visa mer”.
- Svårt med följsamhet hos patienter- de vill ogärna väga sig och ffa inte så ofta.

**Vilka förändringar eller förbättringar skulle ni vilja se i systemet (stort och smått, från nya funktioner till små justeringar i gränssnittet)?**

- Patienten upplever att det är stressande med dagliga sms för steg och måltid. De tenderar att trycka bort sms och det fyller då ingen funktion. Bättre med pushnotiser.
- Kanske bättre att kunna ta upp sina steg via Hälsa-appen och registrera en vecka i taget.
- Vissa ungdomar ser inte meningen med av att registrera steg.
- Några tycker att det är bra med en påminnelse om stegen men kanske inte så ofta som dagligen.
- Hur ska hämta steg från mobil fungera? Kan det vara en fördel att kunna hämta steg per vecka? Hur blir det?
- Bra att vårdpersonal får ett sms i sin arbetsmobil när man fått ett svar i appen. Men nu har det plingat vid både skickade meddelanden och mottagna så något verkar vara fel.

**Vilka grupper av barn med obesitas skulle ha nytta av egenmonitorering?**

Patienter som genomgått viktkirurgi - Patienter kan tycka att det är svårt att se den här förändringen själva: minskar 25-30 % i vikt ganska snabbt efter kirurgi men blir fort hemmablinda.

Patienter där man startar upp viss läkemedelsbehandling. De är över 12 år och har mycket kontakt med vården till en början. Motiveras till att hålla i och hålla ut. Kan ta fyra månader innan det händer något med vikten.

Bra att använda egenmonitorering på de patienter som är svåra att nå. Kan vara bra att jobba mot personer som har svårt att komma och de som helst vill undvika ett besök.

Skulle gärna använda appen för att se följsamhet till läkemedel och vitaminer - tar man läkemedlen som är ordinerat?

Man skulle kunna promota registrering av steg och följsamhet till läkemedel bli tydlig i sina förväntningar på patienten.

Synpunkter på stödprocesser-vad fungerar bra och vad kan bli bättre kring följande punkter?

**Utbildning och support**

Ingen har använt sig av supporten så det finns ingen återkoppling kring det. Dock har man använt sina samordnare och alla är väldigt nöjda med det samarbetet. Har fått bra hjälp på både SkaS och SU.

Vad gäller utbildning har de tittat lite i Lärportalen. Upplevde att egenmonitorering kändes komplicerat när man gick igenom materialet i Lärportalen. Enklare när man väl gjorde det praktiskt. Svårt att läsa och hitta innan.

**Hantering av hjälpmedel**

SU har delat ut redan inköpta vågar till patienterna (fanns kvar från tidigare projekt). En våg är billig i förhållande till läkemedel. Funderar på att fortsätta köpa in och dela ut om det är aktuellt att fortsätta med egenmonitorering. SkaS har beställt från HMC på klinikens budget. Logistiken har fungerat bra vid utlämning men man har ännu inte testat returerna.

**Patientinformation**

Bra med regional patientinformation.

**Skulle ni rekommendera andra att använda systemet?**

Ja det skulle alla fyra, för vissa flöden: tex kirurgi och läkemedel som nämnts ovan.

Enheter har många kontaktvägar in. 1177, kontaktpunkten- behöver tänka till hur man vill ha sin kommunikation.

### Slutsats

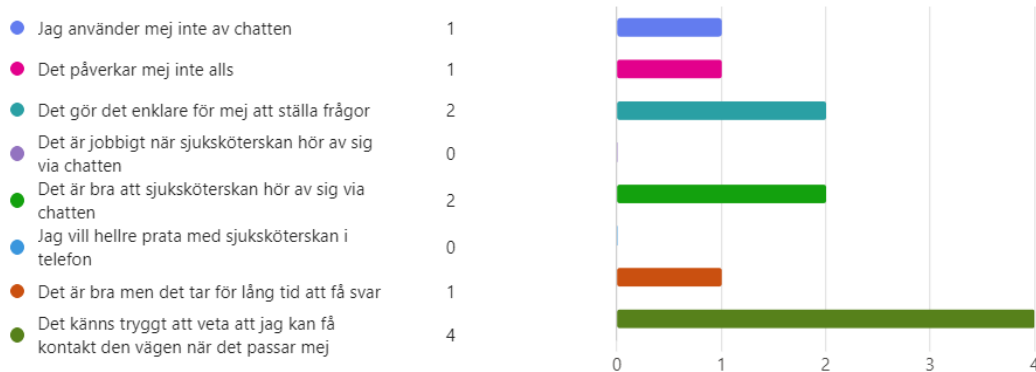
Medarbetare som arbetet med egenmonitorering i Vård och hälsa upplever att systemet är robust och enkelt att använda. De har dock inte haft så stora volymer av patienter och inte kunnat avsätta så mkt tid som de önskat åt egenmonitorering så de har inte blivit helt trygga i systemet. Medarbetarna upplever dålig följsamhet hos patienterna vad gäller registrering av vikt men att chatten är ett viktigt hjälpmedel för att hålla kontakt med patienter och deras vårdnadshavare. Vårdpersonalen upplever inte att notiserna fungerar tillfredsställande hos vare sig patient eller på vårdenheten. Man kan se potential för egenmonitorering kopplat till barn som genomgår viktkirurgi och läkemedelsbehandling. Systemet kan absolut utvecklas men kan också införas på andra enheter redan nu som det är.

### Enkät till barn och deras vårdnadshavare

Under v 49-52 skickades det ut en enkät barn och vårdnadshavare som deltagit i pionjären för egenmonitorering. 13 enkäter skickades ut och fem svar har inkommit. Tre av svaren var från barn och två av dem från vårdnadshavare. Det är samma fördelning på de som varit aktiva i appen.

Fråga	Barnet	Vårdnadshavaren	Båda
Vem har registrerat värden?	3	2	0
Vem har fyllt i formulär för måltid och aktivitet?	3	2	0
Vem har chattat med sjuksköterskan?	3	2	0

- 4 av 5 uppger att de att de matat in vikt manuellt.
- 4 av 5 uppger att det var väldigt enkelt att använda appen för att registrera vikt och 1 person uppger att det var ganska enkelt.
- På frågan om hur det var att använda appen för att svara på frågor om måltid och aktivitet fördelade sig svaren: Väldigt enkelt: 3 Ganska enkelt: 1 Ganska svårt: 1
- På frågan ”Vad tyckte du om att chatta med vårdpersonalen kunde flera svarsalternativ lämnas. Här fördelade sig svaren enligt följande:



- 4 av 5 anser att appen hjälpt barnet att förbättra sin hälsa men en person anser inte det. Fyra kommentarer finns som fritext och redovisas nedan:  
*”Man blir mer eftertänksam och kanske tänker sig för lite extra.”*  
*”Att lägga in steg och måltider gör att jag fått en bättre inblick i hur många måltider jag äter och vad jag gör på dagarna.”*  
*”Det är bra att lägga in vikten.”*  
*”Vikt och kommunikation är bra.”*
- 4 av 5 uppger att de aldrig haft några tekniska problem med appen eller vågen. En person uppger att den haft problem väldigt ofta. Det anges dock inte om det varit vågen eller appen som krånglat.
- Nedan redovisas svaren för frågan: Finns det något i appen som varit svårt att förstå? I så fall vad?  
*”I början när man skulle registrera om man gjort någon aktivitet”*  
*”Önskar kunna lägga in flera dagar åt gången så vi tycker att det är enklare än att varje dag lägga in”*  
*”Nej”*
- Nedan redovisas svaren för frågan: Finns det något du skulle vilja ändra eller lägga till för att appen ska bli mer användarvänlig?  
*”Jag tycker inte det”*  
*”Kunna lägga in mer exakt vad man äter samt flera dagar samtidigt”*  
*”Nej”*
- På frågan om man skulle rekommendera andra all använda sig av egenmonitorering svarar alla fem ja. Följande motiveringar har lämnats i fritextfält:  
*”För att det blir mycket smidigare än att åka dit och väga sig”*  
*”För att man fick en bättre och smidigare kontakt med sjuksköterskan”*

## Intervju med vårdnadshavare

En intervju har genomförts med en vårdnadshavare.

Vårdnadshavaren säger att egenmonitorering har fungerat bra men hade lite problem med parkopplingen av vågen till en början, vilket löste sig sen. Personen hade önskat att det gått att som vårdnadshavare logga in appen parallellt med barnet även hos de barn som är över 13 år för att kunna stötta barnet.

Vårdnadshavaren ger uttryck för att de skulle vilja se mer resultat, kunna fylla i och följa mer i appen. De saknar att man inte anger något om vad man äter utan bara måltider och saknar möjligheten till att registrera hur mycket vatten man dricker. Vad gäller fysisk aktivitet och träning så skulle det vara bättre med mer detaljer och att man kan följa utvecklingen i trendform r/t vikten. Ex. Det är stor skillnad på en promenad till skolan 30 minuter och 30 minuter handbollsträning. Hade önskat trend för träning.

Det bästa med appen och egenmonitorering är att det hjälper till att hålla motivationen uppe för både barnet och föräldern. Det är stimulerande att se och följa trendkurvan.

## Slutsats

Underlaget för sammanställning av enkäter till barn och vårdnadshavare som deltog i pionjär för egenmonitorering är litet, fem inkomna svar på 13 utskickade enkäter. De barn och vårdnadshavare som besvarade enkäten upplever att appen är enkel att använda för att registrera vikt och besvara frågor i ett formulär. Dock har flertalet av dem använt sig av manuell inmatning av vikt. Alla utom en har använt chatten och tycker det är mycket positivt. 4/5 har inte haft några tekniska problem med vare sig appen eller vågen men en har haft stora problem. 4/5 upplever att egenmonitorering hjälpt till att förbättra barnets hälsa. Alla tycker att egenmonitorering är bra och skulle rekommendera egenmonitorering till andra.

En intervju med en vårdnadshavare genomfördes och den visade att man är nöjd med egenmonitorering som vårdform och att appen i stort sett fungerar bra men det finns en önskan om att kunna följa flera parametrar samt att föräldrar kan ha tillgång till inloggning i appen parallellt med barnet även efter att barnet fyllt 13 år.

Sammanställt av Victoria Mohlén, 2025-01-20